

## **Buon cammino !**

Io non sono un pellegrino nel vero senso del termine, piuttosto un camminante che visita ed osserva quel mondo là... Ho studiato un po' di storia medievale dopo il mio primo cammino ed ho letto dei racconti e delle storie di tutti i generi sui cammini: alcune molto belle e toccanti, altre troppo impregnate di estasi e beatitudini e di luce dall'alto e dal basso da non poterne più. Ma penso di poter scrivere di quelle piccole cose che succedono tutti i giorni, che si sia pellegrino, camminante o turista. Non posso parlare di grande spiritualità, ma posso descrivere i sentimenti semplici che ritmano la vita di ogni giorno sui cammini, le abitudini così normali come alzarsi e vestirsi al mattino, infilare gli scarponi, prendere lo zaino in spalla e cominciare a camminare...

La parola *Peregrinus* fa riferimento a « *per agra* » (attraverso le terre, i campi), cioè a colui o colei che abbandona la sua casa e parte in cammino, diventando così un senza domicilio fisso moderno. Ma questa parola ci lascia intravedere anche delle esperienze fuori dal quotidiano e l'apprendimento di un modo differente di vivere. Insomma, il pellegrino è colui che, affrontando pericoli e percorrendo terre a lui sconosciute, trasforma le sue esperienze in conoscenza e saggezza, vivendo fuori dai canoni «normali». Da qui lo stupore e talvolta l'ammirazione di gente che viene a sapere che hai marciato km e km a piedi per dei giorni interi... e che ti chiede: perché?

Ma chi sono poi questi pellegrini ??? La polemica a proposito dei veri e falsi pellegrini si ravviva spesso. E' vero che il cammino, come quasi tutto, si è volgarizzato, tutto si è mescolato tra trekking e cammino. Vestirsi da pellegrino non fa il pellegrino... anche se certi fanatici rivendicano questo come un crisma di autenticità! I turisti abbondano, ma può darsi che finiscano il loro cammino come dei pellegrini autentici. Ed è vero che le sfumature sono infinite nel nostro modo di fare il cammino. Ci sono quelli che pretendono di fare il cammino perfetto con un controllo stretto su ogni tappa, su ogni pausa, su ogni rifugio, su ogni euro speso. Ci sono quelli, i bulimici, che ne vogliono sempre di più, di km, e quelli che cercano l'esoterismo e le luci cosmiche dappertutto. Il cammino soddisferà i loro desideri e riempirà di esperienze tutta questa gente, secondo il loro spirito e le loro coscienze...

## **Il cammino.**

Il cammino è in realtà il nostro cammino, perché è quasi impossibile sottrarsi alla nostra propria soggettività. Passo dopo passo, seguiamo questo cammino segnalato con frecce gialle e punteggiato da chiese e villaggi che alimenta il nostro immaginario privato, anche se poi va a fondersi nell'immaginario collettivo. Il cammino va diritto, talvolta, o serpenteggia, sale e scende, si fa rischioso o facile; sono delle circostanze che bisogna saper assumere, anche se oggi alcuni saltano, tagliano via le parti dure o difficili o noiose, come si salta da un programma all'altro alla televisione. Il cammino è anche il risultato medio tra le nostre aspettative e la realtà, tra il desiderio, la voglia e la nostra resistenza fisica e mentale, tra l'incognita dell'inizio con le sue paure e speranze e la gioia della fine, dello sforzo compiuto. Talvolta arriviamo a sublimarci, ma spesso quello che noi siamo nella vita reale emerge e ci condiziona, qui sul cammino, ed allora vediamo il barare con se stessi, la ricerca del più facile, la furbizia e le diverse facce dell'umanità che si installano, facendo il gioco ed il profitto di quelli che ne fanno un business.

## **I due bordi.**

Talvolta noi dimentichiamo che la vita ha due bordi. Noi nasciamo e la corrente della vita ci porta inevitabilmente alla morte. Anche il cammino ha due bordi, il dentro ed il fuori, l'inizio e la fine, la vita reale e la vita sul cammino, la realtà e l'irrealtà che si seguono e spesso si mescolano. Penso che il soggettivo e l'oggettivo vanno sempre insieme perché l'assoluto non esiste, non c'è oggetto senza soggetto, materia e spirito vanno insieme, ogni cosa ha la sua controparte. E' vero che tra un bordo e l'altro, ci siamo noi, come tra cielo e terra, ed anche se sono mutevoli, ognuno di noi può riuscire la mediazione con la sua presa di coscienza. Ad ogni passo possono dialogare il mondo e l'io, fondersi il corpo e lo spirito.

## **Dal fondo del cuore.**

Questo punto di mediazione, di cui parliamo, è in verità il nostro cuore, a metà strada tra l'alto ed il basso, tra la destra e la sinistra. La mediazione del cuore si manifesta come un accordo tra sistole e diastole, tra pieno e vuoto, tra dentro e fuori. Talvolta è qui che si produce l'alchimia del Cammino. Le aritmie del carattere, le irregolarità del cammino devono risolversi nel cuore. Il suo battito dà l'impulsione, si fonde, danza con il nostro passo. Non sono forse i piedi e le gambe che fanno battere più o meno forte il nostro cuore? E' per questo che c'è un cuore fisico e uno psichico e uno spirituale: chi lo sa ? Può darsi che è per questo che non bisogna confondere la fatica delle gambe e quella dello spirito. E' il cuore che cammina. Se il cammino non ha cuore, tutto diventa solo una passeggiata. Bisogna poi leggere il cammino con gli occhi del cuore per scoprire bugie ed illusioni...

## **Lo scopo.**

Noi andiamo a Compostella, all'Oceano della « Fine della terra », a 800-900 km circa dal punto di partenza, che per molti è a St Jean Pied de Port-Garazi o Roncisvalle. E malgrado il fatto che ci restano da percorrere molti km, il cammino rimane nello stesso tempo mezzo e fine. In realtà non ti porta da nessuna parte... forse, può darsi, a te stesso. Questo è il paradosso. Compostella e Finisterre erano già in noi prima, durante ed alla fine della marcia. Il cammino ti avvicina un poco più a te stesso, ma ti ricorda anche chi tu sei già, qui, ora, in questo momento preciso. Ad ogni passo tu arrivi ad «essere», essendolo, te stesso. Ma per questo è necessario che il nostro IO mantenga la direzione scelta marciando verso lo scopo, che sia la tomba, la chiesa, l'oceano, la montagna sacra, quel luogo dove l'odio scomparirà per fare posto all'amicizia ed alla fratellanza.

## **Uno sforzo eroico?**

Ma questo luogo non può trovarsi all'angolo della strada, né essere parte del tuo quotidiano, dato che appartiene a questa specie di mondo strano dove si trovano le chiavi di una possibile trasformazione. Solo gli eroi si mettono in cammino senza nessuna condizione, e noi non siamo eroi.. anche se qualcuno lo crede davvero. In questo andare, noi sacrifichiamo il confort per lo sforzo, il superfluo per l'essenziale. Faremo uno sforzo sovrumano come marciare 40km al giorno con il peso dello zaino sulle spalle, perché in fondo si tratta proprio di questo, di superare lo stato di umano moderno normale per affiancare per una volta gli dei dello stadio, gli eroi dei tempi antichi. Con il nostro coraggio, un po' d'amore e di saggezza, che non devono mancare,

affronteremo tutti gli ostacoli. Appariranno vesciche e tendiniti, dubbi e fatica, le cattive compagnie e tentazioni. Tutto ciò farà parte di un cammino iniziatico da cui ognuno, speriamo, ritornerà più saggio e cosciente. Non è possibile affrontare il cammino con gli stessi riti quotidiani, con le stesse esigenze della vita normale. Bisogna saper attendere il momento opportuno, l'inizio del camminare, il luogo di riposo o di pausa. Bisogna saper digiunare anche quando forse il nostro corpo non lo desidera. Bisogna saper pensare per non precipitarsi, per non dire cose che davvero non si vorrebbero dire. Il cammino ci porta alla temperanza, a una migliore gestione delle nostre forze, a meglio percepire gli altri, a essere più aperti. Ma questo non ci riguarda tutti, ci saranno sempre quelli che non vogliono, non possono arrivarci e non capiscono "lo spirito del cammino".

### **Una lotta dopo l'altra.**

La lotta comincia al mattino quando ci si sveglia (o ci svegliano con poco tatto e rispetto) e prepariamo lo zaino. Comincia anche dalla colazione che l'albergatore ha promesso in cambio del nostro denaro e scopriamo la triste realtà di un caffè acquoso, del pane secco, della marmellata scadente, anche se talvolta avremo pure delle gradite sorprese. Così cominciamo a camminare cinque, sei, sette od otto ore per arrivare al rifugio seguente. E' una lotta dura, appena il tempo di fare una piccola pausa e di masticare qualcosa. Il peso del sacco si aggiunge ai dolori mutevoli che passano ogni giorno da un piede ad un ginocchio, da una articolazione ad un tendine. Infine si arriva alla meta quotidiana, ma non è ancora finita; un'altra lotta si presenta, spiacevole. Bisogna decidere in quale rifugio andare, dove mangiare, se ci sarà posto al rifugio, un letto od un materasso per terra o niente di niente. Bisognerà sperare che la doccia ed i servizi funzionino, che ci sia acqua calda per tutti, che la sporcizia accumulata per anni ci permetta di mangiare e di riposare, che l'ospitalero o l'albergatore non abbiano, come spesso, un brutto carattere e delle brutte abitudini (una incognita che può fare di un ottimo albergo un posto orribile ed invece di una catapecchia un rifugio migliore/NDA: nota dell'autore, ospitalero veterano). La coabitazione non sempre è facile quando sono in molti a dormire nella stessa stanza e c'è solo una toilette, un lavabo. Una lotta segue un'altra e variano le qualità dell'albergo e dell'accoglienza. E' quasi certo che la lotta è interminabile; lotta che d'altronde non deve diventare sanguinolenta come successe in vari rifugi in Galizia nel 2004 per l'anno santo. Il cammino è lotta, ma appare anche come un gioco iniziatico, preparazione alla vera lotta che è la nostra propria vita. Eh sì! Quello che si nasconde dietro la vernice della quotidianità è in fondo una lotta terribile. Essere qualcuno, riuscire, formare una famiglia, studiare, coltivare le proprie amicizie e partecipare a questa società mobile e mutevole, non è davvero facile. Ce lo dimostra la grande quantità di persone toccate nel cervello o nevrotiche in quella che noi chiamiamo «normalità» o vita reale. Così, alla fine del cammino, ci aspetta la ripresa della lotta, la vera lotta, ma, ci sia concesso, con un po' più di forza di prima. O, talvolta, affondati ancora di più nei nostri deliri o persi sui cammini per sempre.

### **Tempi e distanze.**

Vedo talvolta gli atleti del cammino, i bulimici dei chilometri. E' curioso che la competizione come spettacolo consista nel correre più forte, saltare più alto, sollevare più peso o lanciarlo più lontano. E' probabile che il nostro animo infantile sia intrattenuto con queste prodezze come se il tempo e la distanza non avessero che il solo valore del loro peso o della loro velocità. Se possiamo misurarli, allora hanno un valore. Sennò, no? La vita è ineffabile per il nostro sguardo oggettivo; si fa e si disfa perché la sua misura è smisurata come la sua complessità. E' come se si discutesse del valore dell'amore o della libertà...non hanno prezzo... Noi viviamo nel mito della velocità: se tu sei rapido, sei OK. Lavorare velocemente, viaggiare velocemente, acquistare velocemente. Più il tuo computer è veloce, più sei alla moda. Veloce e miniaturizzato. Gli umani come le formiche, miniaturizzati. Non voglio oppormi ai vantaggi delle nuove tecnologie, sarebbe assurdo, però dimentichiamo qualcosa di basilico. I computers di oggi sono molto più potenti di quelli che parteciparono all'impresa del primo uomo sulla luna, ma la stupidità umana non è certo diminuita nella stessa proporzione. Si legge molto poco, si scrive male, molte poche idee e troppe opinioni. Niente sfumature nei discorsi, niente ascolto, troppi dogmi e verità non dimostrate, « visto alla televisione » diventa l'accettazione supina di ogni bufala. Che cosa ci facciamo allora con i nostri computers super veloci se la nostra capacità creativa si è ridotta? Tu prendi un aereo ed in un'ora sei su di un altro continente, con un altro clima, altra gente ed altri usi e costumi. Ma il tuo spirito è più lento del tuo cervello, come assimila questi cambiamenti? Il nomade d'altri tempi, il camminante dei tempi andati viaggiava a piedi od in carretto, in barca a vela o cavalcando. Attraversava le contrade con la lentezza dei pianeti, aveva il tempo per mangiare, dormire, discutere in ogni villaggio, in ogni feudo. Questo aereo o questo treno superveloce ci portano talvolta ad una certa arroganza. Il cammino ci obbliga a ritornare a una dimensione perduta, più umana: quella del camminare. Il pellegrino non dimenticherà mai che cosa significhi marciare per 20-30-40 km al giorno. Né lo dimenticheranno i suoi piedi indolenziti. Ma in questa calma andatura, in questo paesaggio di rocce, pietre, campi, passo a passo, si ritrova la libertà. Anche se dipendenti da un sistema tecnologico, da una automobile e dagli interruttori che fanno funzionare tutto, il camminare è per qualche settimana la liberazione dalle strutture societarie moderne. Quando il treno si prepara a partire, sappiamo che questo dipende da un complesso di fattori interconnessi, elettricità, coordinazione umana, binari ferroviari, segnaletica, motori... Là lo spirito umano si sente piccolo, non può comprendere tutto il processo né padroneggiarlo, lo subisce. Invece, tu cammini ed è fatta! Ti fermi, bevi, fai pausa e stiracchi i piedi, i muscoli, le braccia...

### **Uno zaino, un mondo.**

Scarpe, calze, pantalone corto e lungo. Cose per la toilette, sacchetto. Cappello e bastone, borraccia e tela cerata. E poche cose più. E' incredibile che si possa vivere con così poco. Si suda al mattino, si lava al pomeriggio, si raccoglie la sera. Ogni giorno lo stesso rituale. Però, arrivare a questa semplicità è davvero complicato. Fare in modo che il tuo sacco non pesi più di 7 o 8 kg (NDA: non ci sono mai riuscito!) e nello stesso tempo metterci tutto il necessario e vitale, è un lavoro da titani. Perché quello che ci prefiguriamo a proposito dell'insicurezza di un cammino sconosciuto, ingrossa enormemente lo zaino. Se contempliamo tutte le possibili situazioni di un cammino d'un mese circa, il nostro sacco peserà tonnellate. Ridurre il necessario, portare l'essenziale, pensarci su profondamente e lungamente. Sapere ciò che noi portiamo e perché. Niente di gratuito. Tutto deve essere meditato e ci saranno delle sorprese e delle scoperte in merito all'utilizzazione di cose a cui non si era pensato prima. Scoprire se stessi ed imparare...una evoluzione.

### **Il peso.**

Ma il sacco pesa, anche scegliendo la semplicità estrema. Prima della partenza, il sacco enorme fa paura per il suo peso di frivolezze di cui non si può fare a meno. E' evidente che caricarlo troppo prima del cammino è diverso dal portarlo in spalla ogni giorno. Il problema è duplice: o portare delle cose che si reputano necessarie e vitali, avendo un peso superiore, o ridurlo allo stretto necessario, rischiando di mancare di cose cruciali. All'inizio si porta di più, il cammino è davvero una incertezza. Dopo due o tre giorni e con le prime bolle ai piedi, si entra in una fase ossessiva per scaricarsi del peso superfluo: di questo libro che si voleva leggere, di questo maglione, di queste scarpe in più, di questa guida diventata inutile. Il sacco pesa, questo è sicuro, ma si tratta di una necessità. Noi siamo degli esseri bisognosi e stiamo cercando la nostra autonomia, libertà, indipendenza. I servizi del cammino sono precari, ma non è il deserto, che diamine! Qual è il giusto mezzo, la scelta giusta? Lo zaino più o meno pieno, più o meno vuoto simboleggia la sofferenza inevitabile perché troppo pieno o troppo vuoto prefigura il surplus o il deficit, due facce della stessa medaglia. Vorrei dire che bisogna accettare il peso che si porta. E' in effetti il peso esatto delle nostre paure meno le nostre sicurezze. Accettarne il peso significa accettare il carico dei nostri condizionamenti, primo passo per potere camminare più leggeri. Solo tu puoi portare il tuo sacco, un altro sacco più leggero sarebbe fasullo perché il sacco è la trasfigurazione del tuo spirito. E' lui che lo pesa, che lo soffre, che si libera, anche. Pesa lo spirito?

### **Delle persone e dei personaggi.**

Ogni persona sul cammino è un punto mobile che transita da est ad ovest (nel caso del cammino verso Compostella). Ogni punto lascia una traccia nel suo andare ed apre un orizzonte con il suo sguardo. Ogni camminante, nella sua andatura, resta fedele al suo carattere. Un punto non ha dimensione, ed anche la linea non ne ha, perché serve una terza dimensione. La maggioranza della gente che incontriamo sul cammino (e noi pure per loro), sono dei punti o delle linee, appena una immagine od una sequenza. Nella misura in cui ci sintonizziamo con una persona appare una terza dimensione, il punto e la linea diventano piano, sfera, cerchio: amicizia, affetto, amore...

Ed in questa multi-dimensionalità c'è anche il passato ed il futuro. Si viene da un posto (da dove vieni?) e si va verso un altro (dove vai?). Noi siamo una inerzia del passato ed una proiezione verso il futuro, anche se l'inerzia e la proiezione sono in fondo due lati della stessa cosa. Ma se si potesse risolvere il passato e demistificare il futuro, si potrebbe riconoscere il punto in cui siamo, che si chiama qui ed ora. Noi potremmo vivere l'istante in cui il camminare fa il cammino. Tu incontri l'altro quando sei capace di fermarti al momento presente.

Il cammino può seguire una linea dritta o perdersi in un labirinto, dei meandri che vanno e vengono senza un senso reale. Come nelle ragnatele, nei miraggi e nelle illusioni del cammino si fanno intrappolare le personalità immature, i sogni distrutti dalla durezza del mondo. Sul cammino ci sono dei salvatori e delle vittime, dei templari fantasiosi, delle arpie hospitaliere, dei bonzi del bordone e dei cammini, dei fissati per il cammino. E' così, ognuno con la sua pazzia ed ognuno con la sua specificità, leggeri o gravi. Come se, tra di noi tutti, ci fossimo messi d'accordo, tacitamente, per interpretare ciascuno un ruolo. Tu il pellegrino, io l'hospitalero, tu lo straniero ed io l'abitante.

Ogni personaggio che noi incontriamo sul cammino è una opportunità da prendere per scoprire il nostro proprio personaggio, la nostra propria pazzia, la nostra finzione di vita, e così, trovare una via d'uscita verso la saggezza.

### **Presenza.**

Dal cammino sgorgano molte cose, tra esse, oh sorpresa!, affiora l'allegria ed il canto. Per momenti, la presenza della natura ti fa percepire una cosa così evidente: che tu fai parte della vita. Una cosa così semplice e nello stesso tempo così profonda. Ed allora si può cantare, sorridere, essere felici, aprirsi... Sgorgano pure vecchi pesi, rimorsi, fallimenti e sconfitte, perché il passato così presente trova delle fessure per uscire e poter essere risolto, infine, forse... Nella misura in cui le cose che si sono represses o negate risorgono, si può adesso gettarle via nel vento perché le cancelli senza riserve in questa luce così forte di questa natura così grande che ci circonda, e le piccole cose ci sembrano ora così piccole e così meschine e così ridicole.

Ma anche sgorgano le nostre speranze, le nostre illusioni ed i nostri desideri. Appare la tentazione di riempire un vuoto vitale presente che non è un vuoto, ma una crepa dell'anima che il nostro ego non sopporta più. Il fatto è che il nostro desiderio si nutre della nostra insoddisfazione ed a questa ritorna in modo irrimediabile. Nello stesso modo in cui il cammino ci insegna a camminare con i nostri due piedi, a sopportare le nostre carenze, così il vuoto della nostra vita non può essere sostenuto che dalla presenza altrui, dalla loro amicizia, dalla loro compassione, dal loro ascoltarci, dal loro appoggio, dalla loro simpatia.

### **Templi e chiese.**

Ogni tappa ha la sua cattedrale o la sua chiesetta, al fiume o sulla montagna. Un luogo di pace e di silenzio spesso scelti a proposito. Talvolta la necessità propria della fatica ti fa sedere davanti a questi quadri pieni di santi e di storie bibliche. Sicuro che si apprezza la semplicità dei templi romani, delle chiese fortezza degli ospedalieri di Malta o dei Templari. Ma comunque sia, ogni chiesa riunisce in sé un minimo di condizioni per fermarci e ascoltare o meglio sentire. Il silenzio della chiesa o cappella o chiostro cede il passo a una vibrazione interna che si potrebbe anche chiamare silenzio, talvolta meditazione spontanea. E' come un respiro che integra il dentro ed il fuori. Lo spirito non volteggia, si posa tranquillo. La realtà è chiara, non ci illude. Tutto è visto e conosciuto come tale, tale com'è. E siccome questo non fa parte di una comprensione intellettuale, non dura molto; può darsi che una eco perduri, o un ricordo o un invito ad andare al fondo delle cose.

### **I segnali.**

Dice il poeta che si fa il cammino andando. Il cammino si fa con ogni passo, dandogli un senso. Resta chiaro che il cammino di terra è una circostanza; l'altro cammino, quello interiore, si fa anche lui a ogni passo. Ed ogni passo ti avvicina o ti allontana dal tuo destino, perché non sempre possiamo bene i nostri piedi. Ci sono dei posti del cammino dove ci si perde ed altri dove ci si ritrova. Chiaro che questo, nel nostro cammino interiore, dipende dai nostri punti deboli, dai nostri complessi, dalla nostra

coscienza che va e viene, dall'armatura che ci siamo costruiti un giorno. Ma attenzione! C'è anche il cammino esteriore. Esiste Santiago, un punto d'arrivo, esistono i differenti punti di partenza. Esistono i rifugi e le frecce gialle e gli amici del cammino che le tracciano. Grazie a tutto questo, si può camminare. Il cammino non sarebbe lo stesso senza le leggende dei pellegrini, i lupi ed i briganti...ed anche i miracoli e le furbizie. Questo cammino che fu passaggio di genti dei differenti popoli, questo cammino che costruì villaggi, trasformò culture, questo cammino è qui...

Buon Cammino! Flavio

PS : grazie per i suoi suggerimenti a Julian